कहानी की किताबें भावनाओं को व्यक्त करने में बच्चों की मदद करती हैं

मेलोडी खलखो

आज लाली ख़ामोश थी। उसका पढ़ने का मन नहीं था। दूसरे बच्चे उससे बात करना चाहते थे, लेकिन वह कोई जवाब नहीं दे रही थी और उदास दिख रही थी।

जब सेंटर के बन्द होने का समय हुआ तो सभी बच्चे घर जाने लगे, लाली ने भी अपनी किताबें बस्ते में डालीं और जाने को तैयार हो गई।

मैं उसके पास गई और उसका हाथ थामा। वह रुक गई और मुझे आश्चर्य से देखा। मैंने पूछा, *"तुम्हें क्या हुआ, लाली? क्या तुम उदास हो?''*

उसने कुछ नहीं कहा। मैंने उससे फिर पूछा, *"लाली, तुम मुझे बता सकती हो, तुम्हें क्या हुआ है? क्या किसी ने तुमसे कुछ कहा?''*

उसकी आँखों में आँसू आ गए। उसने मेरी ओर देखा और कहा, *"कंचन और मैं हमेशा एक-साथ स्कूल आते थे। कुछ दिनों से वह मुझसे ठीक से बात नहीं कर रही है। उसका एक नया दोस्त है। कभी-कभी जब वे दोनों मुझे देखकर बात करते हैं तो मुझे ऐसा लगता है जैसे वे मेरे बारे में ही बात कर रहे हों। मुझे बहुत रोना आ रहा है। मैं मम्मी के पास जाती हूँ, लेकिन मम्मी अपने काम में और मेरी छोटी बहन का ख़्याल रखने में व्यस्त रहती हैं।"*

एक शिक्षक के रूप में, यह मेरी ज़िम्मेदारी है कि मैं अपने विद्यार्थियों की ज़रूरतों, उनकी सामाजिक-भावनात्मक स्थिति, उनके डर, फोबिया और चिन्ताओं को समझूँ। आज जब मैं बच्चों से एक कहानी की किताब पर चर्चा कर रही थी तो ऐसी बहुत-सी बातें सामने आईं। मैं उन्हें आपके साथ साझा करना चाहती हूँ।

मोहल्ला लर्निंग एक्टिविटी सेंटर (MohLAC)[1] में आज शेखर दत्तात्री द्वारा लिखित पुस्तक *नन्हा हाथी लाय-लाय* पर चर्चा हुई। उसमें लिखा था, *"नन्हा हाथी केवल एक दिन का है। वह अब ख़ुद खड़े होकर चल सकता है। उसकी माँ जहाँ भी जाती है, वह उसके साथ जाता है।"*

मैंने बच्चों से पूछा कि मनुष्य के बच्चे पैदा होते ही क्यों नहीं चल सकते।

उनका जवाब था कि इन्सानी बच्चों के पैर कमज़ोर होते हैं और उन्हें सहारा देने के लिए बड़े लोगों की ज़रूरत होती है।

बच्चों ने कहा : *"जब हम रोते हैं, नहाते हैं या कपड़े बदलते हैं, तो हमें किसी की मदद की ज़रूरत होती है।"*

तो, मैंने फिर पूछा, *"अब, क्या तुमको अभी भी इस तरह की मदद की ज़रूरत महसूस होती है?"*

"हाँ," बच्चों ने कहा ।

उनके इस जवाब ने मुझे सोचने पर मजबूर कर दिया। लाली को कंचन की ज़रूरत थी क्योंकि इस उम्र में बच्चों को एक ऐसे दोस्त की ज़रूरत होती है जिसके साथ वे सब कुछ साझा कर सकें और जिस पर भरोसा कर सकें। दोस्तों के साथ समय बिताने से उन्हें जीवन में नई चीज़ों को खोजने, नए अनुभव लेने में मदद मिलती है।

बच्चे उन दोस्तियों को बनाए रखने के लिए प्रतिबद्ध होते हैं जिनमें वे भावनात्मक रूप से जुड़े होते हैं। कंचन लाली की इकलौती सहेली थी। लाली परेशान और चिन्तित थी कि वह अकेली स्कूल कैसे जाएगी? वह किसके साथ बैठेगी? किसके साथ खाएगी और किसके साथ मस्ती करेगी?

उसे यह भी लगा कि उसे उसकी ही दोस्त ने रिजेक्ट कर दिया है। कंचन द्वारा कोई कारण बताए बिना इस तरह अस्वीकृत और उपेक्षित किए जाने को स्वीकार करना उसके लिए कठिन था। अस्वीकृत किए जाने की भावना न केवल बच्चे के भावनात्मक विकास को प्रभावित करती है बल्कि उनके मानसिक, बौद्धिक और संज्ञानात्मक विकास पर भी प्रभाव डाल सकती है।

मैंने पढ़ा, "लाय-लाय को पानी में खेलना अच्छा लगता है, लेकिन अम्मा को पास रहना पड़ता है। वह हमेशा अपनी माँ और मौसियों के क़रीब रहता है।" और बच्चों से पूछा कि लाय-लाय को अपनी माँ और मौसियों के पास क्यों रहना पड़ता था।

बच्चों का जवाब था *"डर के कारण"*। किस बात का डर, मैंने पूछा तो उन्होंने कहा, *"शायद वह पानी में डूब जाने से डरता है या अकेले होने पर किसी बड़े जानवर के हमले से या बादल गरजने और बिजली चमकने से डरता है या अँधेरे से।"* मैंने उनसे पूछा, *"तुम्हें किस से डर लगता है?"* फिर हमने उन चीज़ों की एक सूची बनाई जिनसे वे डरते थे। इस बातचीत के लिए, मैं उनके दो डरों के बारे में बात करना चाहूँगी :

- परीक्षा का डर : एक बच्चे ने कहा कि उसे परीक्षा से डर लगता है। दूसरों ने कहा कि उन्हें चिन्ता होती है कि वे कुछ सवालों को समझ नहीं पाएँगे या जब शिक्षक उनके पास आते हैं तो उनको डर लगता है। उन्होंने परीक्षा में फ़ेल होने का डर भी व्यक्त किया और यह डर भी कि क्या ऐसा होने पर उनके दोस्त उन्हें छोड़ देंगे; या क्या उनके दोस्तों के माता-पिता उन्हें ऐसा करने के लिए कह सकते हैं। उन्हें इस बात की भी चिन्ता थी कि उनके मोहल्ले के लोग उन पर हँसेंगे।
- शराबी पिता का डर : कक्षा-5 की एक लड़की ने कहा, "दीदी, जब मेरे पापा शराब पीकर घर आते हैं तो मुझे डर लगता है। वे कभी-कभी मम्मी से लड़ते हैं, मारते भी हैं और हम बच्चे एक कोने में छिप जाते हैं।" जब वह लड़की मुझे यह बता रही थी, तो उसके चेहरे पर चिन्ता छाई हुई थी। मैं नहीं जानती कि वहाँ ऐसे कितने बच्चे थे जो अपने ही घरों में भयभीत और असुरक्षित महसूस करते थे। जब बच्चे अपने डर और ज़रूरतों को अपने पिता के सामने नहीं रख पाते हैं, उनसे खुलकर बात नहीं कर पाते हैं तो धीरे-धीरे पिता के साथ उनके रिश्ते बिगड़ते जाते हैं।

इस बातचीत के बाद मुझे लगा कि बच्चों के लिए हमारे साथ होने के बावजूद, उन्हें काफ़ी भावनात्मक उथल-पुथल से गुज़रना पड़ा है। इसका अर्थ है कि हम उनसे मित्रता के आधार पर रिश्ता नहीं बना पाते; वे हमारे पास आने और अपनी समस्याओं को हमारे साथ साझा करने के लिए स्वतंत्र महसूस नहीं करते हैं। शिक्षा के क्षेत्र में काम कर रहे हम सब लोगों और मेरे शिक्षक साथियों के लिए मैं कहना चाहूँगी कि हमें बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य पर भी ध्यान देने की आवश्यकता है क्योंकि वे स्कूल में हमारे साथ बहुत समय बिताते हैं। हमें उनके साथ घनिष्ठ सम्बन्ध बनाने की आवश्यकता है ताकि वे बिना किसी हिचकिचाहट के हमसे सम्पर्क कर सकें। साथ ही, कक्षा में और उसके बाहर एक दोस्ताना माहौल बनाने का प्रयास करना बहुत महत्त्वपूर्ण है। यदि कोई बच्चा हमसे सीधे बात नहीं कर पाता है तो वह अपनी डायरी या पत्र के माध्यम से अपनी समस्या और विचार हम तक पहुँचा सकता है। हमें इसे प्रोत्साहित करना चाहिए।

अगर मैं लाली से उसके उदास होने का कारण न पूछती तो उसे लगता कि वह अकेली है। कभी-कभी, अकेलापन बच्चों में डर, शर्मिन्दगी या असुरक्षा की भावना पैदा कर सकता है और उनके सीखने और विकास के लिए ख़तरा हो सकता है।

कहानी की किताबें बच्चों के साथ भावनात्मक विषयों पर चर्चा करने का अवसर प्रदान करती हैं। अन्य बच्चों की ये कहानियाँ उन्हें यह महसूस कराने के लिए हैं कि वे डर, अकेलेपन या अलगाव को महसूस करने में अकेले नहीं हैं; अन्य बच्चे भी उन्हीं भावनाओं से गुज़रते हैं। कुछ किताबें जैसे बम्बू, गुठली तो परी है, माछेर झोल, जामलो, मेरी ज़ोया चली गई, प्यारी मैडम आदि बच्चों की विभिन्न भावनाओं का वर्णन करती हैं। उदाहरण के लिए, ऋचा झा की मेरी ज़ोया चली गई एक ऐसी किताब है जो उस अकेलेपन से सम्बन्धित है जो उस कहानी की बच्ची अपनी बहन ज़ोया के गुज़र जाने पर महसूस करती है। रिनचिन की प्यारी मैडम में, एक छोटी लड़की अपनी ख़ुशियाँ, अपनी परेशानियाँ, अपने रोमाँच, अपने दुख और अपने अनोखे सवाल अपनी शिक्षिका को पत्रों के रूप में लिखकर ज़ाहिर करती है।

**बच्चों की पहचान सुरक्षित रखने के लिए नाम बदल दिए गए हैं।*

Endnotes

1. मोहल्ला लर्निंग एक्टिविटी सेन्टर (MohLAC) ऐसे केन्द्र हैं जहाँ सरकारी प्राथमिक स्कूलों के बच्चे बुनियादी भाषा और गणित का काम कर सकते हैं। कोविड-19 काल में जब स्कूल बन्द थे, एकलव्य के जश्न-ए-तालीम प्रोजेक्ट ने होशंगाबाद जिले के छह विकास खण्डों के कुछ गाँवों में ये केन्द्र खोले और बच्चों को पढ़ाना शुरू किया। ये केन्द्र आज भी चल रहे हैं। भाषा और गणित के शिक्षण के अलावा, एक लाइब्रेरी / रीडिंग कॉर्नर है जहाँ कहानी सुनाना, किताबों पर चर्चा और अन्य गतिविधियाँ की जाती हैं।

References

Lightfoot, C., Cole, M., & Cole, S. R. (2009). Chapter 13: Social and emotional development in middle childhood. In Development of Children (pp. 465-503). Worth Publishers: USA



मेलोडी खलखो मध्य प्रदेश में होशंगाबाद जिले के पिपरिया ब्लॉक में एकलव्य के साथ प्रोजेक्ट असिस्टेंट के रूप में कार्यरत हैं। उन्होंने अज़ीम प्रेमजी विश्वविद्यालय, बेंगलूरु से शिक्षा में एमए और कोलकाता के सेंट ज़ेवियर्स कॉलेज से बीए किया है। प्रकृति शिक्षा और बच्चों के साहित्य पर चर्चा उनकी रुचि के क्षेत्र हैं। उन्हें पेंटिंग करना और चित्र बनाना भी पसन्द है और वे इस विचार में विश्वास करती हैं कि शिक्षा स्वयं को जानने में मदद करती है और स्वतंत्रता की कुंजी है। उनसे *melody.eklavya2020@gmail.com* पर सम्पर्क किया जा सकता है।

अनुवाद : विवेक मलिक **पुनरीक्षण :** भरत त्रिपाठी **कॉपी एडिटर :** अनुज उपाध्याय